

趙小姐：

謝謝您的來信！

閱畢來函感同身受，十分瞭解閣下及病者那種惶恐無助的心情，因本人全都一一經歷過。病者中風初期因無法接受突如其來的打擊，情緒變得低落，思想變得負面，這是很正常的反應（本人中風初期也如是，不過很快便調整了過來）現時閣下最需要做的是保持冷靜，切勿亂了方寸，否則對病者及閣下均沒好處。以我的意見，切勿把病者送往療養院，因中風病者的身、心均受到很大的打擊。病者身體的康復主要靠多做運動（物理治療），但內心的康復主要是靠家人的關懷和鼓勵，這是療養院無法做到的。一個溫馨的家比起任何一間療養院（即使是最豪華的私家療養院）都來得親切、舒適和有安全感。我們首要做的是「先心後身」即先使病者的心理和情緒由負面轉回正面，由消極返回積極；這樣病者才會自發地積極勤做運動，踏上康復之路。

閣下現時可做的有以下幾點：

- （一）留意病者依照醫生的指示定時服藥，以免再次中風。因曾經中風的病人再次中風的機會比常人較高；
- （二）關懷及開解病者，使病者認識到中風這種病的成因和康復的方法；
- （三）使病者明白到中風這種病是一定可以康復的，而唯一最有效的方法是勤做運動（尤其要把握首六個月的「黃金康復期」）；
- （四）應盡快要求九龍醫院把病者轉介到最近閣下居住地區的醫院，排期繼續做物理治療及職業治療。本人當年便是由九龍醫院被轉介到我居住地區的「大埔雅麗氏何妙齡那打素醫院」請參閱本人所寫「[壓手板](#)」一文。

如閣下及病者認為有需要，本人十分樂意到九龍醫院探望病者，與病者及閣下分享一下我的康復經驗，給病者一點鼓勵。

祝 身體健康

中風康復者「半邊人」

盧敏銳（Andy Lo）

26 Oct., 2007

Web page: <http://www.autosoft.com.hk/stroke>

Blog: <http://hk.myblog.yahoo.com/andymylo>